



29日(月)	10:00-23:00	スタジオ
		通常レッスン
30日(火)	10:00-20:00	スタジオ
		特別レッスン
31日(水)	10:00-18:00	スタジオ
		特別レッスン
1日(木)	10:00-18:00	スタジオ
		休講
2日(金)	10:00-18:00	スタジオ
		休講
3日(土)	10:00-18:00	スタジオ
		休講
4日(日)	10:00-20:00	スタジオ
		通常レッスン



12月31日(水)～1月3日(土) ジムエリア24時間利用可能！	
ロッカー・シャワー利用可能時間	10:00～18:00
サウナ利用可能時間	10:00～18:00
各種手続き受付可能時間	10:00～17:00

※裏面にスタジオプログラムがございます。

JOYFIT24LITE石巻

年末年始期間特別プログラム

12月30日(火)	12月31日(水)	1月1日～ 1月3日まで	1月4日(日)
10:30-11:30 LES MILLS BODYBALANCE KANAE	13:00-14:00 LES MILLS BODYCOMBAT 西塚・菅原 2025年ラスト!!!! 60分のコンバット!!!! 皆さまのご参加を お待ちしております👏👏	レッス ス ン 休 講	10:30-11:15 LES MILLS BODYBALANCE 水越
11:45-12:15 LES MILLS BODYPUMP 水越			11:30-12:15 サルセッション KAZUE sq tion
12:30-13:15 ファットバーンエアロ 繭子			12:30-13:15 LES MILLS BODYATTACK 黒田
13:30-14:30 ZUMBA Elena			13:30-14:30 LES MILLS BODYPUMP JOYFIT STAFF
14:45-15:30 太極舞 Elena			14:45-15:30 LES MILLS BODYCOMBAT JOYFIT STAFF
15:45-16:45 LES MILLS BODYATTACK 西塚			
スタッフ常駐時間	スタッフ常駐時間	スタッフ常駐時間	スタッフ常駐時間
10時～20時	10時～18時	10時～18時	10時～20時